

תאריכי ההשתלמות	שם ההשתלמות	שם המוסד	חטיבה מאשרת
10.3.2022	התמודדות של "המטפל הפצוע" בשיתוף מנחן מפרשים - דר' רננה שטנגר אלרן	מנחן מפרשים - המכללה האקדמית תל אביב	כל החטיבות
14.3.2022	היבטים קליניים של ילדות ונוער מגוונות. מגדר	האיגוד הישראלי לפסיכיאטריה של הילד והמתבגר	קל, חנ, הת, שק
4.4.2022	חלומות וכוכבים נופלים: על שיגעון ויצירה	תיאטרון תמונע	כל החטיבות
2021-2022	התוכנית הבינתחומית ללימודי פסיכואנליזה	מנחן תל אביב לפסיכואנליזה בת זמננו	כל החטיבות
9.2022	הכשרות לאבחון הפרעה ברצף האוטוטיזם	המרכז לאוטוטיזם - האוניברסיטה העברית בירושלים	קל, חנ, הת, שק, רפ
6-9.6.2022	הכנס השנתי של הפסיכולוגים הקליניים בניגוסר	איגוד הפסיכולוגים הקליניים בישראל	כל החטיבות
8-10.5.2022	הכנס השנתי של החטיבה לפסיכולוגיה חברתית תעסוקתית ארגונית	הסתדרות הפסיכולוגים בישראל	כל החטיבות
31.5.2022-2.6.2022	הכנס השנתי של החטיבה לפסיכולוגיה התפתחותית	הסתדרות הפסיכולוגים בישראל	כל החטיבות
17.6.2022 - 29.4.2022	טיפול בקבלה ומחויבות ACT בסיסי	מנחן מפרשים	כל החטיבות
20.5.2022-1.7.2022	עבודה טיפולית עם ילדים, מתבגרים והורים בגישת ACT	מנחן מפרשים	כל החטיבות
13.5.2022-24.6.2022	טרנז'נדריות בחדר הטיפולים ומחוצה לו	מנחן מפרשים	כל החטיבות
4.3.2022-29.4.2022	טיפול פסיכולוגי בחולי סרטן ובני משפחתם לאורך כל שלבי המחלה	מנחן מפרשים	כל החטיבות
18.5.2022-22.6.2022	טיפול משפחתי מבוסס התקשרות	מנחן מפרשים	כל החטיבות
3.7.2022-8.7.2022	הכשרה הכוללת ADI-R, ADOS-2 ללא השגת מהימנות, ואינטגרציה	בית אחד	כל החטיבות
11.2022	תוכנית ההכשרה לפסיכותרפיה קוגניטיבית התנהגותית בילדים ומתבגרים והדרכת הורים	מרכז חוסן	כל החטיבות
12-13.6.2022	מפגש סיכום שנה מנהלי השפ"ח באזור הדרום תשפ"ב	שפ"ח באזור הדרום	חינוכית
27.10.2022 - 22.6.2023	תכנית לימודים לטיפול משפחתי זוגי מתוך עמדה אינטגרטיבית	מנחן מפרשים	כל החטיבות
נובמבר 2022	תוכנית הכשרה לטיפול בעברייני מין ופוגעים מינית עם מוגבלויות	בית הספר לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר אילן	שיקומית
1.11.2022	קורס בטיפול דיאלקטי התנהגותי DBT בילדים ונוער: כלים ועקרונות	שפ"ח ירושלים	שק, רפ, חנ, הת
15.12.2022 - 30.12.2022	מודל אינטגרטיבי לטיפול בהפרעות חרדה ופוסט-טראומה - SEE FAR CBT	מית"ן - המרכז ליעוץ לטיפולים נפשיים	כל החטיבות
26.10.2022 - 19.7.2023	לימוד פסיכותרפיה קרוב מיקוד שנתי 2022-2023: מסובייקטיביות לאינטרסובייקטיביות	לימוד קרוב	כל החטיבות
ספטמבר 2022 - ינואר 2024	פסיכותרפיה הורה ילד - CPP	מנחן חרוב	קל, חנ, הת, שק, רפ
30.8.2022 - 18.10.2022	הכשרת טיפול מרחוק	המכון להתפתחות הילד, ב"ח שיבא	התפתחותית
27.3.2022 - 8.5.2022	קורס כלי CBT בטיפול בילדים ונוער	המכון להתפתחות הילד, ב"ח שיבא	קל, חנ, הת, שק, רפ
25.10.2022 - 14.2.2023	היפנוזה בסיסית - אוניברסיטת תל אביב	המרכז האקדמי ללימודי המשך ברפואה - אוניברסיטת תל אביב	קל, חנ, הת, שק, רפ
49 שעות מקוונות ו 5 שעות פרונטליות	השתלמות לפסיכולוגים ומקצועות טיפול בעלי רישיון בתחום הנורופיזיקל	המרצים: ד"ר יוסי ארנרין וד"ר דורון תודר	קל, חנ, הת, שק, רפ
15.6.2023 - 21.9.2022	השתלמות לפסיכולוגים עובדי השפ"ח ברחובות	מרצים: אבי ברמן, רועית דהן, דור רוטמן	שק, חנ
2.2.2023 - 10.11.2022	בעיות תפקוד של היחיד במשפחה והשפעתן על מערכת ההורים והילדים	שפ"ח רחובות - מנחן שילובים	שק, חנ, הת
30.10.2022	מגמת לימודי CBT בטיפול בילדים ונוער בתל השומר - מנהל אקדמי יעקב סיני	ב"ח תל השומר	רפ
6-7.9.2022	השימוש במבחן הרושך ומבחנים מבוססי ביצוע אחרים בהערכה טיפולית עם מטופלים מאתגרים	אוניברסיטת רייכמן - המרצה פרופ' סטיבן פין	קל, שק, רפ, חנ
10.7.2023 - 24.10.22	קורס EMDR 1 + EMDR של עמותת נט"ל	עמותת נט"ל - דר' אודי אורן, יו"ר EMDR ישראל ואירופה	חנ, הת, שק, רפ
06.2023 - 09.2022	יסודות הטיפול בילדים	מכללת ספיר זום - דר קרן מינץ מלחי	חנ, הת, שק, רפ
27.10.2022 - 8.9.2022	גשר על פני מים סוערים - הפסיכולוג החינוכי כמוביל התערבויות למניעת אלימות ובעיות התנהגות	שפ"ח רחובות - מנחות: אורית ירושלמי ושירה עומר	חנ, הת, שק, רפ
20.7.2023 - 22.6.2023	טיפול בילדים ומתבגרים בגישת ACT - משרד החינוך	סמינר לוינסקי - המרצה: גלי מרקו מויאל	חנ, הת, שק
9.11.2022 - 22.3.2023	מתחילים להתחלה - ביסוס הידע התפתחותי של הפסיכולוג החינוכי	סמינר לוינסקי - המרצה: כפיר נוי	חנ, הת, שק
12.12.2022	יום עיון "מכלי הנפש" מעלה הכרמל	מנחן תל אביב לפסיכואנליזה בת זמננו - מרכז "חדרים" בחיפה	קל, רפ, שק
15-15.12.2022	כנס העשור של החטיבה לפסיכולוגיה שיקומית 2022 - מלון לאונרדו פלאזה, אשדוד	הסתדרות הפסיכולוגים בישראל	כל החטיבות
23-26.11.2022	הכנס השנתי של החטיבה לפסיכולוגיה קלינית 2022 - מלון לאונרדו קלאב, ים המלח	הסתדרות הפסיכולוגים בישראל	כל החטיבות
4-8.12.2022	הכנס השנתי של החטיבה לפסיכולוגיה חינוכית 2022 - מלון דן פנורמה ומלון נפטון, אילת	הסתדרות הפסיכולוגים בישראל	כל החטיבות
1.6.2023 - 20.4.2023	טיפול בקבלה ומחויבות: ACT בסיסי פרונטלי - בהנחיית עמי יזל	מנחן מפרשים	כל החטיבות
23.2.2023 - 19.1.2023	טיפול בקבלה ומחויבות: ACT בסיסי מקוון - בהנחיית שירלי רונן שחר	מנחן מפרשים	כל החטיבות
28.3.2023 - 14.2.2023	מושגי יסוד וטכניקות בסיסיות בטיפול קוגניטיבי-התנהגותי (CBT) מקוון - בהנחיית קרן ניסן איסלר	מנחן מפרשים	כל החטיבות
12.12.22, 5.12.22, 28.11.22	סדנה 50 שיטות שונות לאיתגור קוגניטיבי - בהנחיית קרן ניסן איסלר	מנחן מפרשים	כל החטיבות
28.4.23, 21.4.23	שימוש בחשיפה (exposure) לעבודה עם חרדה ורגשות אחרים - בהנחיית קרן ניסן איסלר	מנחן מפרשים	כל החטיבות
28.3.2023 - 14.2.2023	מושגי יסוד וטכניקות בסיסיות בטיפול קוגניטיבי-התנהגותי (CBT) - בהנחיית קרן ניסן איסלר	מנחן מפרשים	כל החטיבות
3.2.2033 - 30.12.2022	חילוץ ממצבי תקיעות בפסיכותרפיה באמצעות Focusing - התמקדות - בהנחיית דר רות מסר קויצקי	מנחן מפרשים	כל החטיבות
14.4.2023 - 3.3.2023	קבוצת לימוד מתקדמת - חילוץ ממצבי תקיעות באמצעות Focusing - בהנחיית דר רות מסר קויצקי	מנחן מפרשים	כל החטיבות
27.3.2023 - 30.1.2023	פסיכותרפיה במצבי טראומה גופנית ואובדן בילדים - בהנחיית עינת ינהג	מנחן מפרשים	כל החטיבות

12.5.2023 - 14.4.2023	טרנסג'נדריות בחדר בטיפולים ומחוצה לו – בהנחיית גלי שיין, דפנה גרינר, נעה ורדי, אלגור רוגב, אסף אורן, פרופ' תומר שכנר, אילה עובדיה, אפי זיו, גילי בסון, יונתן מרטון.	מכון מפרשים	כל החטיבות
	כלים לטיפול נפשי אינטגרטיבי במתמודדים עם מחלת הסרטן ותמיכה בבני משפחתם – בהנחיית מרק שרמן.	מכון מפרשים	כל החטיבות
	טיפול משפחתי מבוסס התקשרות – בהנחיית פרופ' גארי דיימונד	מכון מפרשים	כל החטיבות
3.2.2023 - 16.12.2022	עבודה טיפולית עם ילדים, מתבגרים והורים בגישת ACT – בהנחיית עדי הירש	מכון מפרשים	כל החטיבות
16.6.2023 - 30.12.2022	תכנית לימוד מתקדמת בגישת טיפול בקבלה ומחויבות (ACT) – בהנחיית דר' רן אלמוג, חנן יפת, אור פרי, ליאור גלעד, ליאור בירן	מכון מפרשים	כל החטיבות
27.6.2023 - 16.5.2023	מיומנויות להורות דיאלקטית: טיפול בהורים לצעירים עם קשיי יסוּת – בהנחיית דר' יפעת כהן	מכון מפרשים	כל החטיבות
9.5.2023 - 21.3.2023	פסיכותרפיה בהשראת DBT: הפרקטיקה של דיאלקטיקה ומינדפולנס – בהנחיית דר' יפעת כהן	מכון מפרשים	כל החטיבות
27.6.2023 - 22.11.2022	תכנית הכשרה שנתית ב DBT – בהנחיית דנה ספקטור ודר' יפעת כהן	מכון מפרשים	כל החטיבות
2.6.20.3 - 21.4.2023	פסיכותרפיה במצבי אובדן הריון – בהנחיית רעות בן קמחי ודר' אביטל גרשפלד לטוין	מכון מפרשים	כל החטיבות
25.6.2023 - 22.1.2023	קבוצת הדרכה בנושא אבל ואבדן – בהנחיית דר' אביטל גרשפלד לטוין	מכון מפרשים	כל החטיבות
8.1.2023 - 13.11.2022	פסיכותרפיה במצבי אובדן יגון ואבל – בהנחיית דר' אביטל גרשפלד לטוין	מכון מפרשים	כל החטיבות
7.7.2023 - 14.4.2023	קבוצת הדרכה – מנטליזציה ועוד – בהנחיית נעמה גרינולד	מכון מפרשים	כל החטיבות
16.6.2023 - 5.5.2023	תהליכים בקבוצה מנקודת מבט פסיכואנליטית – בהנחיית דר' אפרת ציגלנאוב	מכון מפרשים	כל החטיבות
13.2.2023 - 7.11.2022	מבוא ליחסי אובייקט – בהנחיית דר עמית פכלר	מכון מפרשים	כל החטיבות
	מבט עדכני על טיפול פסיכודינמי בילדים: הברית הטיפולית, שברים ותיקונם – בהנחיית דר' אביב נוף	מכון מפרשים	כל החטיבות
5.5.2023 - 3.2.2023	סמינר קריאה – להבין את לאקאן – בהנחיית דר אנדרס קוניצקי	מכון מפרשים	כל החטיבות
2.12.2023 - 21.10.2022	MBT - טיפול מבוסס מנטליזציה: תיאוריה, טכניקה טיפולית ויישומים – בהנחיית נעמה גרינולד	מכון מפרשים	כל החטיבות
3.2013 - 9.12.2022	ריבוי הפנים בתיאוריה(ות) של ו. ביון: מתאוריה על מציאות ועד תאוריה על הנסתר – בהנחיית נעמה גרינולד	מכון מפרשים	כל החטיבות
27.1.2023 - 16.12.2022	עקרונות הגישה ההתייחסותית – בהנחיית דר' שרון זיו בימן	מכון מפרשים	כל החטיבות
28.6.2023 - 15.3.2023	עצמאיים בשטח: הקבוצה המרכזית בפסיכואנליזה הבריטית – מאובייקט המעבר (ויניקוט) ועד האובייקט המתמיר (בולאס)	מכון מפרשים	כל החטיבות
	יסודות הטיפול האינטגרטיבי בהתמכרויות – בהנחיית רחלי זיגל	מכון מפרשים	כל החטיבות
3.2.2023 - 6.1.2023	התערבויות מבוססות אמנות בטיפול אינטגרטיבי – בהנחיית חמוטל ארבל	מכון מפרשים	כל החטיבות
	הנרטיב כמנוע שינוי אינטגרטיבי בטיפול פרטני, זוגי ומשפחתי – בהנחיית דר' רון ניסים	מכון מפרשים	כל החטיבות
16.12.2023 - 25.11.2022	חיבור בין טיפול פסיכודינמי ל – CBT – המודל של פול וקטל – בהנחיית דר' רון ניסים	מכון מפרשים	כל החטיבות
24.5.2023 - 1.3.2023	"הגישה המוטיבציונית" כיצד לסייע למטופלים לבצע שינוי – פרונטלי – בהנחיית סלבה קוברדינסקי	מכון מפרשים	כל החטיבות
27.2.2023 - 23.1.2023	פסיכותרפיה והדרכת הורים בתהליכי פרידה וגירושין – דר' אלומה רייס	מכון מפרשים	כל החטיבות
	תוכנית הכשרה בסיסית היברידית Level Theraplay 1 – טיפול דיאדי מבוסס התקשרות – בהנחיית סיון הרטמן	מכון מפרשים	כל החטיבות
11.12.2023 - 6.11.2022	קורס מבוא לשיטת "א י קה הקשר המגדל" – בהנחיית דר' איתן לבוב רונית בן דב	מכון מפרשים	כל החטיבות
18.11.2023 - 21.10.2022	פסיכודינמיות – היבטים טיפוליים, אבחוניים, מערכתיים ומקצועיים – בהנחיית יעל סיווני ורעות בן קמחי	מכון מפרשים	כל החטיבות
27.1.2023 - 3.3.2023	איזון הנפש כמצפן טיפולי: היכרות עם מרכיב ה – Equanimity – בהנחיית תומר הרן	מכון מפרשים	כל החטיבות
6.1.2023 - 9.12.2022	קשיבות וחמלה עצמית (Compassion Self Mindful) ככלי טיפולי – בהנחיית תומר הרן	מכון מפרשים	כל החטיבות
31.3.2023 - 3.3.2023	פסיכותרפיה בינאישית מקוון – בהנחיית דר ליאת חרובי דקלן	מכון מפרשים	כל החטיבות
24.02.2023 - 03.02.2023	טיפול בבעיות התנהגות בילדים מעמדה אינטגרטיבית - בהנחיית דר אביב נוף	מכון מפרשים	כל החטיבות
26.3.2023 - 5.2.2023	יתר מאחד פחות משניים – פסיכותרפיה אינטגרטיבית בהתמודדות עם שארי התאבדות - בהנחיית רועי אופ	מכון מפרשים	כל החטיבות
24.2.2023 - 10.2.2023	טיפול בילדים ובהורים ממשפחות להט"ב - בהנחיית דר אילן טבק אבירם	מכון מפרשים	כל החטיבות
27.4.2023 - 16.2.2023	יום לימוד – עקרונות האינטגרציה בפסיכותרפיה - בהנחיית דר רון ניסים	מכון מפרשים	כל החטיבות
17.2.2023	אקט מתקדמים – טיפול במגוון סוגיות בילדים ונוער - בהנחיית גלי מרקו מויאל	מכון מפרשים	כל החטיבות
31.3.2023 - 3.3.2023	טראומה – להבין כדי לטפל - בהנחיית מיכל זיו	מכון מפרשים	כל החטיבות
2.4.2023 - 5.3.2023	ה – ת – ר – ת – הזוגיות ורקמת השותפות בהורות - בהנחיית פרופ' נחמי באום	מכון מפרשים	כל החטיבות
28.3.2023 - 28.2.2023	טרפליי שלב 2 – בהנחיית דפנה לנדר וסיון הרטמן	מכון מפרשים	כל החטיבות
16.3.2023 - 2.3.2023	כלים של CBT בטיפול אינטגרטיבי בהורות – דר הדר ברנט פרידלר	מכון מפרשים	כל החטיבות
28.3.2023 - 14.3.2023	קוהוט ופסיכולוגית העצמי - בהנחיית דר ליאת ליבוביץ'	מכון מפרשים	כל החטיבות
19.6.2023 - 20.3.2023	קבוצת למידה בנושא הדרכה בפסיכותרפיה מעמדה אינטגרטיבית - בהנחיית דר אסתר ברבמברג ופרופ' אוריה תשבי	מכון מפרשים	כל החטיבות
14.6.2023 - 22.3.2023		מכון מפרשים	כל החטיבות

9.6.2023 - 28.4.2023	קורס טיפול בכאב אינטגרטיבי - בהנחיית מרק שרמן	מכון מפרשים	כל החטיבות
2.6.2023 - 28.4.2023	להתמלא בריקות על ריקות (Emptiness) בחדר הטיפולים ומחוצה לו - בהנחיית תומר הרן	מכון מפרשים	כל החטיבות
19.6.2023 - 3.4.2023	קבוצת הדרכה פגיעות גופנית בנוער וילדים - בהנחיית עינת יהנה	מכון מפרשים	כל החטיבות
6.6.2023 - 2.5.2023	מבוא ויישומים קליניים של אינטגרציה בפסיכותרפי - בהנחיית שרון אלדר וקרן ניסן איסלר	מכון מפרשים	כל החטיבות
19.5.2023 - 5.5.2023	סדנת ויסות ריגשי הורי מעמדה אינטגרטיבית הלכה למעשה - בהנחיית דר הדר ברנט פרידלר	מכון מפרשים	כל החטיבות
2.6.2023 - 12.5.2023	סדנת caregivers אבדן ואבל - בהנחיית עינת יהנה	מכון מפרשים	כל החטיבות
25.7.2023 - 2.5.2023	מבט אינטגרטיבי בטיפול בהפרעות אכילה - בהנחיית דר אפרת נוימן כהן	מכון מפרשים	כל החטיבות
	טכניקות לזויסות ריגשי - בהנחיית אסנת גנור	מכון מפרשים	כל החטיבות
15.1.2023 - 6.11.2022	טיפול זוגי ממוקד רגשי (EFT) - בהנחיית אסנת גנור	מכון מפרשים	כל החטיבות
29.5.2023 - 24.10.2022	קבוצת הדרכה הגישה ההתייחסותית - בהנחיית עדית ניר	מכון מפרשים	כל החטיבות
25.1.2023 - 2.11.2022	מיפוי זרמים בגישה הפסיכודינמית - בהנחיית דר שרון זיו ביימן	מכון מפרשים	כל החטיבות
13.1.2023 - 2.12.2022	טיפול בהורות - גישה אינטגרטיבית לעבודה טיפולית עם הורים - בהנחיית מיכל זיו	מכון מפרשים	כל החטיבות
8.3.2023 - 14.12.2022	טיפול דינמי קצר מועד - בהנחיית דר ליאת ליבוביץ'	מכון מפרשים	כל החטיבות
29.1.2023 - 1.1.2023	לפגוש את ACT מבפנים - בהנחיית דר רן אלמוג	מכון מפרשים	כל החטיבות
5.6.2023 - 2.1.2023	"12 צעדים" - בהנחיית יוני אלקינס ותולי פלינט	מכון מפרשים	כל החטיבות
3.2.2023 - 6.1.2023	סדנת שכול ואבל - בהנחיית מרק שרמן	מכון מפרשים	כל החטיבות
13.2.2023 - 9.1.2023	(ה)אקט שבינינו: ACT בעבודה עם זוגות ובנושאים של זוגיות - בהנחיית אריאלה גרין מיסק	מכון מפרשים	כל החטיבות
7.2.2023 - 31.1.2023	השתלמות יומיים - הנרטיב כמנוע אינטגרציה בפסיכותרפיה - בהנחיית דר' רון ניסים	מכון מפרשים	כל החטיבות
5.12.2022 - 19.9.2022	התערבות במצבי חירום - קורס בסיסי	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
18.12.2022 - 19.9.2022	טיפול בהתמכרויות עבור פסיכולוגים חינוכיים - רכזת הקורס: שירה בר טור	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
29.12.2022 - 19.9.2022	התערבות טיפולית רב מימדית לילדים עם בעיות התנהגות - רכזי התחום: יזהר שער, ארז בלנאו	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
21.9.2022 - 19.9.2022	טיפול אינטרפרסונלי IPT לילדים ונוער בדיכאון ובסיכון אובדני (כולל פרוטוקול חירום מקוצר)	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
14.11.2022 - 19.9.2022	סוגיות בטיפול בקהילה הגאה בשדה הפסיכולוגיה החינוכית - רכזי הקורס: רפאל דן, רוני גורסקי	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
1.12.2022 - 19.9.2022	מודל הפוקוס - (Families Over Coming Under FOCUS Stress) - בטיפול במשפחות נפגעות טראומה על רקע	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
27.2.2022 - 19.9.2022	קורס SEE FAR CBT - "מעבר לטיפול קוגניטיבי התנהגותי" - המרצים: מיקי דורון, פרופ' מולי להד	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
27.6.2022 - 25.10.2022	עבודת הפסיכולוג החינוכי במערכת - קורס בסיסי	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
25.6.2022 - 30.10.2022	פסיכודיאגנוסטיקה של הילד והמתבגר	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
25.6.2022 - 30.10.2022	יסודות הפסיכותרפיה בילדים ונוער- קורס בסיסי ב'	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
27.6.2022 - 30.10.2022	פסיכולוגיה התפתחותית - התפתחות תקינה ופתולוגית	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
16.5.2022 - 2.11.2022	לקויות למידה א'	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
30.4.2022 - 3.8.2022	לקויות למידה ב'	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
22.1.2022 - 23.10.2022	סיבטי (CBT) למתקדמים	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	כל החטיבות
18.12.2022 - 19.9.2022	EMDR שלב א' - דר' קרן מינץ מלחי	השרות הפסיכולוגי - באר שבע	חנ, הת, שק, רפ
8.12.2022	הכנס השנתי של העמותה לפסיכוסומטיקה בגניקולוגיה ומיילדות בישראל	העמותה לפסיכוסומטיקה במיילדות וגניקולוגיה בישראל	קל, רפ, הת, חנ, שק